

Sangria analcolica di frutta fresca

Sangria analcolica di frutta fresca: una bevanda dissetante per gli ultimi giorni di caldo.



Oggi ti proponiamo la ricetta perfetta per poter gustare le ultime porzioni di verdura e frutta estive! Se hai ancora un po' di pesche, albicocche o cetrioli puoi preparare una deliziosa **bevanda rinfrescante**, perfetta per gli ultimi giorni di caldo. Prova la **sangria analcolica di frutta fresca**: è un'esplosione di bontà e benessere!

Difficoltà: bassa

Costo: basso

Tempo di preparazione: 10 min.

Ingredienti

per 1 caraffa di circa 2 l

250 g di ananas
2 albicocche
2 pesche bianche
2 pesche gialle
2 cetrioli
4 lime
Il succo di 5 lime
1 limone
2-3 cm di zenzero fresco
30 g di foglie di menta fresca
500 ml di sciroppo di sanbuco
500 ml di acqua tonica
Ghiaccio q.b.

Procedimento

1. Lava, monda e taglia a pezzi frutta e verdura. Adagiala all'interno della caraffa. Aggiungi la menta e mescola.
2. Inserisci il ghiaccio, l'acqua tonica, lo sciroppo e l'acqua.
3. Termina con il succo di lime, mescola e tieni al fresco prima di servire.